

出店者、出演者を募集します

上田城千本桜まつり

上田城千本桜まつりにあわせて開催される物産展などへの出店者と、ステージイベントの出演団体を募集します。

観光物産展・そば出店者の募集

◇共通事項

開催期間 4月4日(土)～19日(日) **時間** 午前10時～午後4時(予定)

場所 上田市民会館前駐車場 **出店形態** テント販売

応募資格 市内に店舗(物産は事業所も)のある方で、イベントの開催趣旨に賛同される方

募集締切 3月2日(月)(応募者多数の場合は抽選)

◇観光物産展出店

出店日 開催期間中16日間

出店内容 市のイベントにふさわしい内容であること。お好み焼き、たこ焼き、クレープ及び綿菓子など開催趣旨に合致しない商品の販売は不可。

出店スペース 1ブース10㎡ **使用料** 1ブース1日1,700円

※期間中を通して出店される方を優先します。出店に際し、行政官庁の許可などが必要な場合は、所定の手続きを行ってください。

◇そば出店

募集数 1日2店舗 **出店日** 期間中(11日(土)・12日(日)を除く)のうち出店者が希望する日

出店スペース 1ブース20㎡ **使用料** 1ブース1日3,400円

※出店に際し、保健所の許可を得てください。

問 市商工課 TEL23・5395



昨年のステージの様子

ステージイベント「遊芸の宴」 参加団体募集

開催日時 4月11日(土)・12日(日)午前10時～午後6時

開催場所 上田城跡公園内特設野外ステージ(ただし、昨年の場所から市民会館入口付近に変更予定。詳細は、お問い合わせください)。

応募資格 ジャンルは問いませんが、「桜」や「城」のイメージに合うような発表・公演ができる5名以上の団体で、公演時間は15分以内、出演経費や交通費などは自己負担となります。

応募方法 まずは電話でご連絡いただき、文化振興課にある応募用紙に必要事項を記入のうえお申し込みください。なお、応募多数の場合は、市内で活動している団体を優先します。さらに、定員を超えた場合は抽選となります。不明な点はお問い合わせください。

応募締切 3月3日(火)必着

問 市文化振興課 TEL23・6361

お知らせ

休日農地相談会を開催します

農地の転用、売買、相続・贈与、地目変更などで困っていることや疑問に思っていることを、お気軽にご相談ください（予約不要）。地元農業委員と事務局職員が相談に応じます。

対象地区	日 時	場 所
上田・塩尻・神川	2月28日(土)	中央公民館
殿城・豊里	午前9時～正午	農村環境改善センター
城下・川辺・泉田		城南公民館
真田		真田地域自治センター
武石		武石公民館
神科	午後1時～4時	上野が丘公民館
浦里・室賀・小泉		川西公民館
塩田	3月8日(日) 午前9時～正午	塩田公民館
丸子	午後1時～4時	ふれあいステーション

☎ 農業委員会事務局 TEL23・5466 丸子地域事務所 TEL42・1037
真田地域事務所 TEL72・4330 武石地域事務所 TEL85・2828

ニホンジカの狩猟期間を延長します

農林業被害を引き起こしている有

害鳥獣の捕獲促進のため、ニホンジカのワナ猟に限って狩猟期間を3月15日まで、1か月間延長します。

狩猟者は、入山する皆さんにワナがわかるように、仕かけたワナの付近に標識を付けています。標識を見かけたときは、危険防止のため近づかないでください。またワナにかかったシカを見つけても、決して近づかないようにしてください。

☎ 上小地方事務所林務課

☎ 森林整備課

TEL 25・7137
TEL 23・5124

長野県神川沿岸
土地改良区総代の総選挙

3月22日に任期が満了する長野県神川沿岸土地改良区総代の総選挙を行います。

●選挙すべき総代の定数 79名

●総代の被選挙権 組合員で年齢25

歳以上の方及び法人組合員

●告示日 3月11日(水)

●立候補届出の受付

○日時 3月11日(水)・12日(木)午前8時30分～午後5時

○場所 真田地域／真田地域自治センター1301会議室、上田地域／上田合同庁舎601・602会議室

●選挙期日 3月18日(水)

●立候補届出手続説明会

○日時／場所 3月5日(木)午後2時
／中央公民館3階大会議室

☎ 上田市選挙管理委員会

TEL 23・5438

レッスン券を
払い戻します

長い間ご愛顧いただいたレッスン券の販売は終了しました。現在お持ちのレッスン券は、3月13日までご利用いただけます。なお、余り券は3月1～13日までアクアプラザ上田受付窓口にて払い戻します。

☎ アクアプラザ上田

TEL 26・2626

口座振替で前納がお得
2月中に手続きを

国民年金には、保険料をまとめて納めると割引となる前納制度があります。1年前納と半年前納を現金払いでなく口座振替としたほうが更にお得です。2月中に金融機関の窓口へ申し込みください。

☎ 小諸社会保険事務所

TEL 22・1080

交通事故相談所を
ご利用ください

交通事故に関する悩みごとなどを、専門の交通事故相談員がお受けします。予約不要、相談は無料で秘密は固く守られます。

●相談日 月～金曜日(祝日は除く)

午前8時30分～午後5時

●場所 上田合同庁舎

☎ 長野県交通事故相談所上田支所
(合同庁舎内) TEL 23・1260

催し

経済講演会
「新戦略を考える」

今後需要が見込まれる環境、航空、福祉などの新分野へ中小企業がどのようにかわりを持ちビジネスになていくべきかを、産学連携という視点から学び、議論します。

●日時 2月24日(火)午後6時～7時30分

●場所 丸子文化会館

●演題 「これからの中小企業の戦略とは」

●講師 大橋俊夫氏(諏訪産業集積研究センター)ほか大学研究者

●申し込み 電話で事務局へ。

☎ 丸子工業振興会事務局(丸産業
観光課内) TEL 42・1047

ものづくり企業のための
マーケティングセミナー

営業力強化・販路拡大に向けた、ものづくり企業のマーケティングのあり方を学びます(参加費無料)。

●日時 3月12日(木)午後3時30分～5時

●場所 上田東急イン

お知らせ

平成21年度 各種検診の申し込みはお済みですか

2月上旬に、平成21年度の各種検診の申込書を、検診の対象となる方がいる世帯に郵送しましたが届きましたか。申込書は一人1通ではなく、世帯単位ですのでご確認ください。

希望する検診欄に○印、または必要事項を記入し、申し込み期限内に同封の返信用封筒で返信してください。申込締切後は、受けられない検診があります。

●申込期限 2月27日(金)当日消印有効

●今回の申込書で申し込みを受け付ける検診とその内容

※対象年齢は平成21年4月1日～22年3月31日の間に迎える年齢です。

検 診 名 (対 象)	内 容
胃検診(40歳以上)	バリウムによる胃のレントゲン撮影
大腸検診(40歳以上)	2日分の便をとり、血が混じっているかを検査
肺がん検診(40歳以上)	胸のレントゲン撮影(必要な方にはたんの検査)
肺らせんCT検診(50・55・60・65・70・75歳)※	身体にX線をらせん状にあて、肺を輪切り状に撮影
子宮がん検診 (20歳以上で平成21年度偶数年齢になる女性)	医師による診察と、子宮頸部の細胞検査 (医師の指示で必要な方には子宮体部の細胞検査)
乳房検診(30～39歳の女性)	医師による診察(必要な方には超音波検査)
乳房マンモグラフィ検診 (40歳以上で平成21年度偶数年齢になる女性)	乳房をはさんでレントゲン撮影
骨密度測定(30～70歳の女性)	腕にX線をあて、骨密度を測定 (結果を見ながら生活アドバイス)
特定健康診査 (40～75歳の上田市国民健康保険加入者)	問診、身長・体重・腹囲測定、血圧測定、血液検査、尿検査、 医師による診察など
長寿健康診査 (76歳以上の方、一定の障がいのある65歳以上の方)	特定健康診査とほぼ同様の内容

※真田地域の方は、検診申込書に同封されている「真田地域のみなさまへ」をご確認ください。

問 市健康推進課 TEL28・7123 丸子保健センター TEL42・1117
真田保健センター TEL72・9007 武石健康センター TEL85・2067



子育て座談会

平成20年度上田市わがまち魅力アップ応援事業「子育て座談会」を開催します。小さく生まれたり、ハンデを背負って生まれた赤ちゃんの育ての話を聞き、一緒に語りあってみませんか。

●日時 3月4日(水)午後1時～3時

●場所 上田創造館1階和室

●定員 40名

●申し込み 前日までに電話で。

問 お産・育児ママネットワーク「パム」(横関)

TEL090・4393・6844

(土日・祝日を除く、午前10時～午後2時)



●講師 石井光春氏(現(株)ヒロモリコーポレーション社長、元住友商事(株)専務・元住商リース(株)社長)
●申し込み 前日までに電話で丸子産業観光課へ。
問 丸子産業観光課 TEL42・1047

早春弦楽四重奏の夕べ

市内在住者を中心に結成された「川西カルテット」による弦楽四重奏の演奏会を開催します。

- 日時 2月27日(金)午後7時
- 場所 川西公民館大ホール
- 入場料 500円(中学生以下無料)

問 川西公民館 TEL 22・5004

身近な相続を解説
くらしの教室・講演会

- 日時 3月12日(木)午後2時～3時30分

催し

別所線利用促進講演会
「乗って残そう別所線！」
～別所線の魅力再発見～
ソムリエ・田崎真也さん講演会

別所線の魅力を再発見していただき別所線の一層の利用促進を図ることを目的とした講演会を開催します。あわせて別所線写真コンテストの表彰も行います。ご来場の際には、ぜひ別所線でお越しください。

- 日時 2月21日(土)午後2時～4時

- 場所 あいそめの湯ホール

(別所温泉駅下車徒歩1分)

- 演題 「食を楽しみ、人生を愉しむ」

- 講師 田崎真也氏(ソムリエ)

- 入場料 無料

- 別所線利用の際

あいそめの湯入浴券と別所線往復乗車券をセットにした、お得な「あいそめ湯ったりきっぷ」を販売していますので、ぜひご利用ください。大学前駅の無料パークアンドライド駐車場(62台分)もご利用いただけます。

問 別所線電車存続期成同盟会事務局
(市地域交通政策課内) TEL 23・5011



音楽村ハーモニー文化祭

昨年6月から開講してきた、音楽村カルチャースクールの作品展及びコンサートです(入場無料)。

◇作品展

- 日時 2月20日(金)～22日(日)午前10時

時～午後4時(22日は3時まで)

◇コンサート

- 日時 2月22日(日)午前11時15分～午後3時(予定)

- 内容 ハーモニカ、三味線、二胡、オカリナ、バイオリンなど。

◇体験教室

- 内容 ヨガ、押し花、草木染、ボードウィービングなど(開催時間や費用などはお問い合わせください)。

問 信州国際音楽村

TEL 42・3436

国際女性デー記念の
つどい・講演会

女性解放運動を記念し、「国際女性デー」が創立され、まもなく100年。改めて人権と平和について学びましょう。

- 日時 3月7日(土)午後1時30分～3時40分

<広告欄>

補聴器無料お試し体験会開催

『補聴器は雑音うるさくて』という声にお答えして、お耳の形と聴力に合わせた補聴器でお試しください。



補聴器のタイプも多種多様です。現在で使用する補聴器にご不満を抱えている方、初めての試みを考えている方に、十分に納得していただけるまでご相談に応じます。その上でお客様の耳の形や生活に適した補聴器を、何度でもお話し頂き、最適な補聴器をお届けします。

■雑音抑制機能付き完全全自動補聴器
販売価格 140,000円～(非課税)

☆代金の分割払いも承りますのでご相談ください。

補聴器用電池1パックいつでも 630円

◎補聴器
ご購入の
ポイント

1. 正確に聴力を検査すること ※聴力検査で、ご自分の難聴の種類と程度がわかります。
2. お耳の形と現在の聴力にぴったり合わせる ※正確に調整できる設備と技術
3. ご購入後も安心してご使用いただける生涯アフターメンテナンス ※補聴器は身体に付けてご使用いただくもので、定期的にご点検、お掃除がずっと必要になる機械です。

★全国100店舗ネットの補聴器専門店。真心と誠実がモットーのゆっくり、じっくり相談できるお店です。お気軽にご相談下さい。聴力測定室も完備。

世界の補聴器のリードメーカー、オーティコン、シーメンス補聴器etc

北陸補聴器株式会社 身体障害者福祉法補聴器委託契約店

信濃補聴器センター

上田市中央3丁目5-22 上田市ふれあい福祉センターとなり

☎(0268)23-0428

■営業時間 午前9時～午後5時 ■定休日 毎週日曜・祝日・第4土曜日
■ご相談により、時間外相談も承ります。お気軽にどうぞ。



第3回西内小学校 地域活動展

●日時 2月27日(金)／正午～午後6時、同月28日(土)午前10時～午後6時、3月1日(日)午前10時～午後3時

●場所 丸子文化会館(入場無料)

●内容 今年度卒業児童、同校卒業生及び地域の方々の陶芸、木彫作品の展示、西内小金管バンド、西内コーラスのDVD上映、6年生によるリコーダー卒業演奏会(3月1日午後2時)。なお、在校生の作品は小学校食堂で展示(2月24～28日)。

●地域未来づくり委員会・西内焼き物クラブ(齋藤)
 TEL 45・3110

講演会「心を耕そう」

上田東・上田六文銭ロータリーク

●場所 市民プラザ・ゆう
 ●演題 「慰安婦に想いを寄せて」戦争と女性の尊厳」
 ●講師 吉川春子氏(前参議院議員)
 ●参加費 無料(手話通訳あり)
 ●申し込み 不要(ただし、託児を希望の方は、2月27日(金)までに電話で人権男女共同参画課へ)
 ●市人権男女共同参画課
 TEL 23・5245

講座・教室

塩尻時報とその時代V 公開講座

●日時 2月28日(土)午後1時30分～3時30分

●場所 塩尻地区公民館大ホール

●内容 講演「クモの糸からできるもの・繊維は今」中垣雅雄氏(信州大学繊維学部教授)、研究発表「お蚕さんからの贈り物」塩尻小学校3年1組の皆さん

●申し込み 資料・会場準備の関係上、事前に電話でご連絡ください(参加費無料)。

●西部公民館 TEL 27・7544

地元ベンチャー企業 によるジュニア講演会

地元企業の方々が自社の製品や技術などについてわかりやすく説明し

ラブによる講演会が開催されます。毎日のように悲惨で残忍な事件が報じられる中、よりよい青少年育成の輪を広げるため、薬師寺執事・大谷徹(とほろ)氏にお話ししていただきます。

●日時 2月25日(水)午後6時30分～8時15分

●場所 上田東急イン国際クリスタルホール(入場無料)

●上田東ロータリークラブ
 TEL 21・3500

てくれます(参加費無料)。

●日時 3月8日(日)午後1時30分～3時30分

●場所 信州大学繊維学部内A R E C(上田市産学官連携施設)4階

●対象者 小学3年生以上(小学生は保護者同伴で)

●定員 先着50名

●参加企業(内容) ①ポコロジ(株)(エコ電卓)、②(有)にゅうとん倶楽部(玉ねぎ皮粉末製品)、③(有)ハイホープ(学生ベンチャービジネス)

●申し込み 2月20日(金)～27日(金)に所定の様式で商工課へ。

●市商工課 TEL 23・5396

ごみ減量化学習会 EMセレス勉強会

●日時 ①3月6日(金)、②4月10日(金)、③5月15日(金)、④6月12日(金)、⑤7月10日(金)、⑥9月11日(金)、⑦10月2日(金)、⑧11月6日(金)

●時間 午後1時30分～3時(11月6日のみ午前10時～午後1時)

●場所 丸子文化会館大会議室

●内容 ①ボカシ1型2型の作り方(実地)、②EMボカシを使った生ごみたい肥の作り方、③畑の土作り、④野菜の作り方、⑤病害虫対策(ストチュウの作り方使用法)、⑥米のとぎ汁発酵液の作り方(使用法)、⑦来年に向けての土作りの方法、⑧収穫祭

●市民生活課 TEL 42・1054

<広告欄>

サンピアン上田 生徒募集!

全コース 無料体験レッスン受付中!!

★アトリエランド[®](幼児科)2～5歳 はじめて音楽を学ぶお子さまのために、はじめてからレッスンにオルガンやピアノを取り入れ、自然にその感受性を引き出します。	★ピアノ科 ピアノに触れる楽しさ、上達するうれしさ。ピアノ科は、自分の手で奏でる喜びを味わうことで、音楽を楽しむ心を育みます。	★大人のピアノ科 弾きたかったあの曲を、あなたの手で。	★キッズドラムコース 楽しく、しっかりドラムをマスター。	★フルート科 基礎から学びたい。楽しみながらレパートリーを増やす。
---	---	---------------------------------------	--	---

お問い合わせ

サンピアン 上田センター教室

0120-14-7748 長野県上田市常磐城5-1-14

サンピアン上田センター教室
月曜日～土曜日開講中

女性の再就職支援講座

- 日時 3月12日(木)午前10時～正午
- 場所 勤労者福祉センター
- 内容 就職活動における今後の行動計画づくり
- 対象 女性(託児はありませんがお子さんと一緒に参加できます)
- 定員 先着15名
- 参加料 無料
- 申し込み 2月23日(月)から電話で商工課へ。

問 市商工課 TEL 23・5396

若者の就職支援事業 親と子の就活支援講座

- 日時 2月26日(木)午後2時～3時
(学生向け)、午後3時30分～4時
30分(保護者向け)
- 対象 保護者、学生どなたでも
- 場所 勤労青少年ホーム
- 定員 各回20名(先着順)
- 参加料 無料
- 申し込み 2月20日(金)以降に電話で青少年ホームへ。

問 青少年ホーム TEL 22・7117
(午後1時～10時)

種から育てる花づくり 講習会

花の個性を知り、花壇やプランターへの生かし方を楽しく学べます。

す。

- 日時 3月5日(木)午前9時30分～11時30分
- 場所 上田創造館コミュニティホール
- 講師 武田正男氏(上田市農業バイオセンター所長)
- 定員 先着50名
- 申し込み 3月3日(火)までに電話またはFAXで公園緑地課へ。

問 市公園緑地課 TEL 23・5134
FAX 23・8247



女性・シニアゴルフ(春期) 教室受講者募集

- 日時 4月1日～(毎週水曜日・全9回)午前10時～正午
- 場所 塩田ゴルフ練習場
- 募集対象 市内在住・在勤の女性及び60歳以上の男性
- 定員 先着30名
- 参加費 3600円(教室初日に集金)
- 申し込み 2月23日(月)～3月19日

- (木)までに体育課または丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所体育担当へ。

問 市体育課 TEL 23・6372

ビジネスコース 仕事の基本セミナー

- 日時 3月13日(金)午後6時30分～8時
- 内容 パパ・ママ創造理論を使ってみる！創造的人生を目指す自己研鑽！
- 場所 上田情報ライブラリーセミナー
- 講師 末広繁和氏(中小企業診断士)
- 参加費 資料代として500円
- 申し込み 電話で上田情報ライブラリーへ。

問 上田情報ライブラリー
TEL 29・0210

消費生活教室 『悪質商法から身を守る』

- 日時 3月11日(水)午後1時30分～3時30分
- 場所 中央公民館3階大会議室
- 演題 「消費者トラブルから身を守るために」
- 講師 紀藤正樹氏(弁護士)
- 対象 一般消費者(参加費無料)

問 上田消費生活センター
TEL 25・0998

<広告欄>

Keep Your Health

- ◆一泊ドック ◆日帰りドック
- ◆生活習慣病予防健診 ◆一般健診

—人間ドック直通—
TEL 0268-42-1113
FAX 0268-42-0038

医療法人 丸山会

丸山中央総合病院

〒386-0404 長野県上田市上丸子335-5 TEL 0268-42-1111(代表)

国際高等学院長野校(通信制・単位制) 進学 就職

夢の実現をめざして共に学ぼう!

ときわ

平成21年度
新入学生 中学卒業生
(3年間で卒業)
転入学生 高校在籍生
(高校卒業生)
編入学生 高校中退生
(合計3週間で卒業)

3/14(土)
学校説明会
①AM10:00～
②PM1:00～

2008.10.26 第5回ときわ祭(文化祭)

進学 信州大学工学部/富山大学理学部/帝京大学文学部/東洋大学理学部/大阪芸術大学/長野県立看護専門学校/長野県工科短期大学校/上田女子短期大学/その他多数

大学進学科
医療福祉科
国際総合科
情報科学科

クラーク記念国際高等学校

長野キャンパス

〒386-0027 長野県上田市常盤城2-6-4
(上田駅より徒歩15分・自転車5分)

国際高等学院長野校 検索

2/21(土)
AM11:00より
参加無料 要予約
第1回特別講座
「食べる!着飾る!恋する!
—信州古代人の世界—」
講師/桜井秀雄氏 長野県立総合センター会場/国際高等学院長野校

0268-26-5515

募集

平成21年度 体育施設使用の申し込みを受け付けます

各施設①～④の申し込みを受け付けます。なお、電話予約はできませんのでご了承ください。

①各体育施設 (決定方法／抽選)

施設名	予約可能日	予約受付会場	受付日時
古戦場公園テニスコート	4月1日～6月30日	各施設	3月1日(日) 午前8時30分～
古戦場公園室内多目的運動場			
自然運動公園室内多目的運動場			

②各体育施設 (受付3月14日(土)、先着順／整理券の順番で受付)

施設名	予約可能日	予約受付会場	整理券の配布時刻 (受付開始時刻)
上田城跡公園体育施設	通年(屋外施設は11月30日まで)	上田城跡公園第二体育館 2階会議室	午前7時(8時)
河川敷グラウンド	4月1日～6月30日		
マレットゴルフ場(塩田の郷③は除く)	通年(50名以上の団体利用の場合のみ要予約)		
市民の森公園内施設	通年(5月の連休、7・8月は合宿優先のため1回)	市民の森公園(3月14日のみ上田城跡公園第二体育館)	
自然運動公園内	総合体育館	通年	自然運動公園管理事務所 午前8時30分(9時)
	多目的グラウンド	4月1日～11月30日	
	マレットゴルフ場	4月1日～11月30日(50名以上の団体利用の場合のみ要予約)	
古戦場公園内	県営野球場	4月25日～11月30日	古戦場公園管理事務所 午前7時30分(9時)
	多目的グラウンド	4月19日～11月30日	

③塩田の郷マレットゴルフ場 4月1日(木)から直接施設で受付

④丸子・真田・武石地域体育施設 各地域(丸子総合体育館、真田地域教育事務所、武石地域教育事務所)へお問い合わせください。

※なお、染屋台グラウンドは、改修予定のため使用はできません。ご了承ください。

問 市体育課 TEL23・6372

<広告欄>

《スポーツクラブアクトス》この冬寒さに負けない充実の暖ったか施設

新春ご入会キャンペーン！

入会金無料

2/28 キャンペーン終了!

SPORTS CLUB

スポーツクラブ アクトス 上田 Tel.0268-36-1711
〒386-0153 長野県上田市若下235 営業時間/月曜～土曜・祝・祭日 10:00～23:00 日曜/10:00～18:00 休館日/毎週木曜日・盆休み・正月休み



高齢者福祉センター 館内行事

◇健康体操

●日時 3月5日(木)午前11時～正午

◇童謡唱歌を楽しむ会

●日時 3月11日(水)午前10時30分～正午

●参加費 100円(歌集代)

◇共通事項

●対象 市内在住の60歳以上の方

●場所 高齢者福祉センター大広間

●高齢者福祉センター
TEL 22・4119

募集

上田市消防団員を 募集しています

上田市消防団では現在、新入団員を募集しています。消防団は、火災発生時の消火活動だけでなく、地震や風水害といった自然災害時の救助・救出や避難誘導、行方不明者の捜索、年末の警戒巡視など、私たちが安全で安心な生活を送るうえで欠くことのできない存在です。

しかしながら、少子高齢化やサラリーマンの増加などで、全国的に消防団員が減少傾向にあります。上田市でも条例で規定する定員より現在約100人の団員が不足している状況です。

消防団員は上田市に居住、または

勤務する18歳以上の方ならどなたでも入団でき、仕事を持っていても活動が可能です。また、音楽隊や女性消防隊、バイク隊などがあり、各人の特技や個性を生かした活動もできます。あなたもぜひ入団しませんか。

●上田市消防団事務局(上田広域消防本部内) TEL 26・0119

平成21年度奨学生を募集

上田市の奨学制度は、合併前の各地域の皆さんからのご寄付を原資として、旧市、町当時の要綱に準じてそれぞれ運営されています。いずれも3月31日(火)までに必要書類を各事務局へ提出してください。詳しくはお問い合わせいただくか、各事務局のホームページをご覧ください。

◇上田地域

高校の就学資金(給付)

●応募資格 ①平成21年4月1日現在、高等学校に在学している方、または4月から高等学校へ進学する方。②平成21年4月1日現在、上田地域に6か月以上居住している方。③他の育英会などの給付を受けていない方。④経済的な事由で学費の負担が困難と認められる方。

◇丸子地域

高校・大学等の就学資金(貸与)

●応募資格 ①平成21年4月1日現在

在、丸子地域に5年以上居住する方の子、または丸子地域の中学校を卒業した方。②高等学校(高等専門学校を含む)もしくは大学(短期大学、各種専修学校を含む)などに修学する方。③経済的な事由で学費の負担が困難と認められる方。

●上田市学校教育課 TEL 42・1044

◇真田地域

高校・大学等の就学資金(貸与)

●応募資格 ①平成21年4月1日現在、真田地域に3年以上居住する方に扶養されている方。②大学・短大・専門学校・高校に在学している方、または4月から進学する方で、経済的な理由により就学が困難な方。

●真田地域教育事務所

TEL 72・2655

※ほかに国や県の公的な制度もあります。

・高校の就学資金／県庁高校教育課(Tel 026・235・7428)
・大学等の就学資金／日本学生支援機構(Tel 0570・03・7240)

文化活動に チャレンジしよう！

上田市文化少年団に加盟する団体が、団員合同募集会を開きます。各担当者が、活動内容や練習などの疑問にお答えします。

<広告欄>



温暖化
俺の成績
寒冷化。

スーパー家庭教師®におまかせ!

(スーパー家庭教師は当社の登録商標です)

長野県家庭教師協会は、目的やレベルに応じて効率的な指導を行います。

- ▶小学生には お子様の個性を見極め、学ぶことの楽しさと計画学習を身につけます。
- ▶中学生には 定期テスト対策はもちろん、苦手教科の強化で、受験必勝作戦を展開。
- ▶高校生には 大学入試の多様化に応じ、入試方法・受験科目に合わせた徹底指導を行います。
- ▶どなたにも 英検・TOEIC対策・各種資格の取得など、スキルアップをサポート。

**先行予約
受付中!**



立川 志の輔

信頼のブランドスーパー家庭教師 全国150都市で地域教育に貢献 派遣実績30年

長野県家庭教師協会

スーパー家庭教師 検索

お問い合わせは 二重丸で オールナンバース

0120-00-1111

このフリーコールは最寄りの事務所に繋がりますが、携帯電話からはつながりませんのでお記帳でお電話ください

— 無料教育相談実施中 —

上田事務局 上田市中央1-6 小林ビル2F
0268(24)1515(代)

長野・須坂・中野・屋代・小諸・佐久
松本・塩尻・岡谷・諏訪・伊那・飯田

5つの安心

- ① 無料 ② 年費 ③ 教材 ④ 教材 ⑤ 教材
- 解約料、年会費、選抜料なし
- 電話勧誘、教材販売なし

募集

学校を支援するボランティアを募集します

上田市教育委員会では、授業中落ち着きがなく、席を離れることが多いなど、特別に配慮が必要な小学校低学年の児童を対象とした、学習や生活面での支援をしていただけるボランティアを募集します。

●ボランティアの条件

- ・市内在住の18歳以上の方
- ・市内の小学校で無償の活動ができる方(要普通自動車運転免許)
- ・学校の教育活動に関心と意欲があり、発達障害などに関する知識がある方

●活動期間 4月1日～平成22年3月31日(応募者と相談のうえ決定)

●活動内容など

- ・授業時間中の学習支援、校内活動時間の付き添い、見守りなどの生活支援を行います。
- ・小学校からの希望に応じて、時間帯などご都合にあわせて活動をしていただきます。

●申し込み 3月10日(火)までに、学校支援ボランティア申込書に必要事項を記入し、学校教育課へ提出してください。申込書は学校教育課及び各地域教育事務所に備え付けてあります。また、上田市ホームページからも入手できます。

●選考 教育委員会で面接を行ったうえで決定します。

●その他

- ・謝金や交通費はありません。
- ・ボランティア保険に加入します(保険掛金は教育委員会で負担)。
- ・知り得た個人情報について、守秘義務があります。
- ・学校でのボランティア活動に入る前に、支援に関する研修を受けていただきます。
- ・各学校の運営方針や教育目標に従い、学校長の指示により活動していただきます。

問 市学校教育課 TEL23・5101

また、上田市文化少年団に加盟したい団体も募集しています。詳しくは事務局へお問い合わせください。

●日時 3月7日(土)午前10時～正午

●場所 上田市市民会館事務所棟1階第2会議室

●募集団体 NAGANO子ども演劇団、第4子ども劇団、上田市少年少女合唱団、民謡原田会、上田コカリナ合奏団さくらグループ、信州上田真田陣太鼓保存会、上田岳風会(吟詠/活動場所などのご案内のみ)、スタジオJOYキッズダンスチーム、ダンス・スピリッツ、上小書道教育協会

問

上田市文化少年団事務局(市文化振興課内) TEL23・6361

市営住宅3月期入居者募集

市営住宅の入居者を募集します。母子・父子世帯、老人世帯、障害者世帯など、一定要件を満たす世帯は、抽選回数または倍率が優遇される優先枠に申し込むことができます(ただし、優先枠は入居を保証するものではありません)。受付期間終了後、申込者が募集戸数に満たなかった団体は先着順に受け付ける場合があります。

問

ます。詳細はお問い合わせください。

●募集団地 3月2日(月)に公表(申込書配布も同じ)

●受付期間 3月2日(月)～13日(金)

●入居者決定方法 公開抽選

●抽選 3月24日(火)市民会館2階大会議室

●申し込み 市役所住宅課、丸子・真田・武石の各地域自治センター市民生活課へ。

市営住宅課	丸 市民生活課	真 市民生活課	武 市民生活課
TEL 23・5176	TEL 42・3287	TEL 72・0154	TEL 85・2827

<広告欄>

MSGホーム 住まいのテーマパーク

常設展示場で見て！触れて！ご体感下さい。

大人はもちろん、お子様も一緒に楽しめるショールームです。是非、お越し下さい。

■営業時間/AM10:00～PM5:00 ■定休日/水曜日

気になったらWebサイトへ!!

msghome 検索

快適な暮らしと環境の為に……

MSG Home

For a comfortable living and the environment

(株)宮下組 住宅事業部

〒386-0002 TEL 0268-75-9511
長野県上田市住吉103-14 FAX 0268-75-9510
携帯サイトはこちら



有料広告掲載のお問い合わせは、上田市秘書課(☎23・5149)または有限会社トミー企画(☎23・1706)へ。

上田市ことぶき大学院 新入生募集

- 修業年数 2年(毎月1回)
- 場所 中央公民館
- 学習内容
 - ・1年次 文系(文学、歴史、福祉)を学ぶ／自然系(生物、応用生態学、感性工学)を学ぶ
 - ・2年次 1年次に引き続き学習し、テーマを決めて卒業レポートを書く(学位記授与)
- 入学資格 市内在住の60歳以上の方で①または②に該当する方。
 - ①ことぶき大学、高齢者学園、県シニア大学の卒業生・本年度卒業

募集

保育サポーター(おじいちゃん先生)を募集します

- 採用人員 若干名
- 応募資格 市内在住の、子どもとのふれあいが好きな、おおむね55～62歳までの心身ともに健康な男性。園舎などの簡単な修繕ができる方。要普通自動車運転免許。
- 就業期間 4月1日～平成22年3月31日
- 就業場所 市内公立保育園・幼稚園(複数園を担当)
- 勤務内容 園児との交流、園舎などの簡単な修繕・整備、園行事のサポートなど。
- 勤務条件・賃金 休園日を除く月～金曜日(年間210日程度)、1日6時間、雇用保険・労災保険等の加入。上田市非常勤職員取扱要領により賃金支給。
- 申し込み 保育課に事前連絡のうえ、2月27日(金)午前10時または午後2時に、国分保育園に履歴書と返信用封筒(80円切手を張り、あて名を記入)をお持ちください。当日、面接を行います。

☎ 保育課 TEL23・5132

武石ともしび博物館 茶道教室9期生を募集

- 募集人員 10名
- 募集期間 4月から2年で、略点前を習得する茶道教室9期生を募集します。

キーパーソンを訪ねる 旅研修の参加者募集

先進的な青少年育成活動などを行っている地域のキーパーソンや団体を訪問する1泊2日の研修です。

- 日時 2月28日(土)午前9時40分～3月1日(日)午後5時30分
- 定員 8名程度(応募多数の場合抽選)
- 訪問先・団体 千葉県館山市「NPO法人南房総IT推進協議会」
- 参加費 1万～1万5000円程度(宿泊費と交通費の一部として)
- 申し込み 2月25日(水)までに電話で生涯学習課へ。

☎ 生涯学習課 TEL23・6370

県営住宅入居者統一募集

- 募集期間 2月25日(水)～3月6日(金)(土日含む)

音楽村すいせんまつり スタッフ募集

早春の風物詩「信州国際音楽村すいせんまつり」の開催にあたり、ボランティアスタッフを募集します。

- 期間 3月29日(土)～4月19日(日)午前10時～午後4時の任意の時間(3時間程度)
- 場所 信州国際音楽村すいせん畑及びその周辺
- 内容 会場内での来場者への案内及びイベント補助

☎ 信州国際音楽村
TEL42・3436

「生涯学習上田自由塾」 21年度塾生を募集

4月開講の塾生を募集します。年齢制限はありません。89名の講師による152の講座で、皆さんの申し込みをお待ちしています。詳細は、公民館、地域自治センター、上田情報ライブラリー、市民プラザ・ゆう、上田創造館などに置いてある「生

お知らせ

スキー全国大会への出場報告で 中学生・高校生が市長表敬訪問

菅平中学校スキー部の前澤美由希さん、津村悠さん、宮崎優也さん、傳田佳代さん、岩渕希実さん、中澤真緒さん、杉本真士さん、傳田翁玖さん、酒井雅俊さん、岩渕香里さん、山本晋平さんが、「第46回全国中学校総合体育大会スキー競技会(2月4～7日開催、岐阜県)」出場にあたり、1月22日に市長を表敬訪問しました。

また、平成20年度全国高校総体「第58回全国高等学校スキー大会(2月2～6日開催、白馬村)」並びに「第64回国民体育大会冬季大会スキー競技会(2月17～20日開催、新潟県)」に出場する、上田東高校の山崎涼太さん、上田西高校の本澤彬さん、峯村友子さん、池上里歩さん、上田染谷丘高校の黒岩亜美さん、伊藤チカさん、上田高校の北沢友洗さんの7名が1月30日に市役所を訪れました。



菅平中学校スキー部の皆さん



全国大会に出場する高校生の皆さん

生涯楽習上田自由塾・塾生募集カタログ、ホームページをご覧ください。

●受講期間 1年間(月1～2回)。
講義時間は原則90分/1回)。

●受講料 1回/大人500円、中学生200円、小学生100円(講座により別途材料費など必要)

●申し込み 3月16日(月)までにはがき(〒386-0017 踏入2-11-15 池野第二ビル2階)、またはFAXで生涯楽習上田自由塾へ(郵送の場合は16日の消印有効)。

生涯楽習上田自由塾

TEL/FAX 22・6840

短歌 小宮山 久子 選

入選
いよ花も売れぬと聞けばカゴの食材ひとつ戻してバラを
一輪 下房山 秋山千枝子
クリスマスに何が欲しいと聞く夫よこの平安の日々こそギ
フト 越戸 羽生田めぐ美
目覚めたるふとんに足を手を伸ばしゆつくり今日を押し広
げゆく 西野竹 佐藤 照子

佳作

九十一年命ながらえ新年の天を仰げり無窮の空を
むなしきと思ふがまでに澄める空早逝の友を送る朝に
小牧 宮島 正
癌病める友を見舞えば生きて一日一日が宝と説くも
鈴子 甲田 隆登

愛らしき小鳥遊ぶと見えたるに紅葉一葉路にさまよふ
常 入 閑 礼子
つくし 石塚 直枝

選者詠

頭はれて来ませるものあるごとく雪の西山夕やけ消えず
へ評一首目 昨秋からの不況が消費生活にも厳しさをもち
らしている。そんな社会状況への思いやりとも抵抗ともい
える一首です。〓

おわびと訂正

1月16日号の斉藤千恵子さんの俳句に誤りがありまし
た。「風化」を「風花」に訂正しおわびします。

俳句 島田 洋子 選

入選
口重の厚き唇おでん吹く
手術棟足音早し大晦日
行くほどに足裏たのしき霜の径

上室賀 宮入 和子
踏 入 馬場 勇子
北常田 斉藤 千里

入選
馴れ初めを夫婦で語る喜寿の酒
火がついて消えたりしてるタバコ税
苦笑して胸の葛藤花に問う

大手町 横山 允彦
生 塚 小泉 廣紀
岩 下 長谷川明美

佳作

黒猫の横切りにてゆく秋意かな
D51の迫る勇姿や雪煙
重ね着や猫背を正すウインドウ
ふる里のふところ恋し老の冬
マスクの子マラソンの子を励ませり
蟬の土の色して土を這ふ
極月や職失ひし人の群れ
小春日を余すことなく使ひ切る
吹きたまる落ち葉踏みしめ墓参り

御 所 竹内みさお
仁古田 竹内 實
中央 小宮山澄江
常 入 閑 礼子
下本郷 神田 愛子
国分 宮島登志子
越戸 羽生田めぐ美
小泉 小林 宣子
八木沢 山崎 京子

選者吟

手袋の中に切符の角固し
へ評一句目 おでんを吹く唇が厚いと具体的ににとらえて、
無骨でも人情味ある人物像が浮かぶ。滋味のある一句。〓

選者吟

深夜から雪しんと音を立て
へ評一句目 なんと微笑ましい句でしょう。やはり馴れ初
めを芯から語れるのは、喜寿過ぎかね。然も酒の力を借り
てですね。〓

川柳 青木 城風 選

電線を鳴らしに来たか寒太郎
白鳥のざわめき冬を連れて来る
お互いに牛歩が似合う年齢となり
自慢するものがないから汗を積む
琴線に触れる言葉に会いにい
満月に覗かれている奥座敷
タレントの溢れる笑顔癒される
金融危機先が見えない物価高
暖冬で仏の座達踊り出る

中村 大庭 嘉門
東築地 勝見 稔
中村 佐藤たかこ
岩 下 岩崎 キク
御 所 手塚 利勝
緑が丘 宮澤 幸穂
金井 伊東 恒夫
八木沢 中沢 信子
東築地 井上奈良子

4月号の投稿方法 種類ごと別々のはがきで必ず裏面に①住所②氏名③自治会名④短歌・俳句・川柳の別を記入のうえ上田市教育委員会まで。
短歌・俳句について先生に添削を希望される方は往復はがきに郵便番号、住所氏名を記載のうえ投稿してください(短歌については一人2首まで。
なお、掲載作への返信は除きます)。
◆住所 〒386-00025 天神2-4-74 ◆締め切り 2月27日(金)必着 〇教育総務課 TEL 23・5100

各施設イベント紹介

詳しくは、各施設へお問い合わせください。

上田創造館

TEL23・1111 FAX24・4100

写友まゆ年度賞コンテスト写真展

写真を趣味とし、愛好されている方々の作品を展示します。

日時◆3月4日(水)～13日(金)

9:30～16:30(最終日16:00まで)

上田創造館絵手紙展「絵手紙にまごころ託して！」
上田小県地域で絵手紙を楽しんでいる皆さんの作品を展示します。

日時◆3月13日(金)～22日(日)9:00～17:00

星空観望会

冬と春の星座、しし座近くの土星などを観望します。どなたでも参加可。当日直接会場へお越しください(雨天・曇天の場合はプラネタリウム観賞)。

日時◆3月21日(土)19:00～21:00

場所◆屋上天体観測室

◇臨時休館◇

3月2日(月)は定期清掃のため休館となります。

上田情報ライブラリー

TEL29・0210

◆共通事項

場所◆ことばの薊ホール(定員70名)

申し込み◆電話で上田情報ライブラリーへ。

アーリースプリングコンサート

～シャンソンとジャズのタベ～

シャンソンからポピュラーまで素敵な歌声と、ピアノによるジャズの演奏です。

日時◆2月28日(土)

18:30開演(18:00開場)

出演◆^{にいむらくにあき}新村邦明氏(ピアノ)^{しおいら きよ}塩入規予氏(歌)

曲目◆バラ色の人生、涙そうそう、
なごり雪ほか

料金◆一般 前売り1,000円、当日1,200円
中・高校生500円



塩入規予さん

昔ばなし 語りの会

塩田平民話研究所の皆さんによる「小泉小太郎」ほか、上田の民話を中心とした、なつかしく温かな民話の世界をお楽しみください。

日時◆3月14日(土)18:30開演(18:00時開場)

出演◆塩田平民話研究所の皆さん

参加費◆700円(中学生以下無料)

マルチメディア情報センター

TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

はじめてのWORD2007 3日間コース

日時◆3月2日(月)・9日(月)・16日(月)9:30～12:00

対象◆キーボード、マウス操作できる方

料金◆3,500円(テキスト代1,260円別)

定員◆16名(要事前申し込み/最小催行人数5名)

託児◆2歳～(要事前申し込み)

ママのためのパソコン

お名前シール&アイロンプリント編

日時◆3月7日(土)13:00～16:00

対象◆パソコン初心者(子育て中のお母さん向き)

料金◆1,500円(お名前シール、エコバック付)

定員◆16名(要事前申し込み/最小催行人数5名)

託児◆2歳～未就学児(要事前申し込み)

春休みお楽しみイベント

春休みの楽しい思い出を作ろう!

日時◆3月21日(土)・22日(日)10:00～16:00

内容◆ペーパークラフト、体感ゲーム、輪投げ大会ほか

エコ・ハウス

TEL23・5144

エコ・ハウスの「わくわく講座」

全講座、3月2日(月)から電話で申し込みを受け付けます。

◇布ぞうり作り

日時◆3月16日(月)・23日(月)10:00～15:00(全2回)

持ち物◆ゆかたなど木綿の布、ものさし(30cm)、はさみ、
弁当

参加費◆130円 定員◆10名

◇着物からリバーシブルベスト作り(丸襟)

手持ちの着物でベストを作りましょう。

日時◆3月19日(木)・26日(木)10:00～15:00(全2回)

持ち物◆着物、裏地用布、裁縫道具、型紙用紙、弁当

参加費◆200円(材料費別途) 定員◆15名

◇銀粘土からアクセサリー作り

使用済みの写真現像液や定着液などからのリサイクル銀粘土でストラップを作ります。

日時◆3月17日(火)10:00～15:00

持ち物◆^{あが}磨き作業用ぼろ布、弁当

参加費◆900円 定員◆10名

◇修理工房・刃物研ぎ(無料)

日時◆毎週水曜日13:00～15:00

一人1回1本限り(1日10本で終了)

3月の相談コーナー



心配ごと・人権

●心配ごと相談

- ▷毎週月～金曜日 9:00～16:00/ふれあい福祉センター
問 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷8日(日)・18日(水)・28日(土) 9:00～12:00
/丸子ふれあいステーション
問 社協(丸子地区センター) TEL42・0033
- ▷25日(水) 9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 社協(真田地区センター) TEL72・2998
- ▷9日(月) 9:00～12:00/武石老人福祉センター
問 社協(武石地区センター) TEL85・2466

●人権相談

- ▷4日(水)13:00～16:00/市民プラザ・ゆう
問 市人権男女共同参画課 TEL23・5393
- ▷25日(水) 9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 社協(真田地区センター) TEL72・2998
- ▷毎週月・水・金曜日 9:00～16:00
/長野地方方法務局上田支局
問 長野地方方法務局上田支局 TEL23・2001

●市民相談・交通事故相談・多重債務相談

- ▷毎週月～金曜日 9:00～16:00/上田市役所(本庁舎)
問 市生活環境課 TEL22・4140

●女性のための相談

- ▷毎週火曜日11:00～18:00/市民プラザ・ゆう
- ▷毎週木曜日10:00～17:00/同上
- ▷第2・4土曜日10:00～17:00/同上
〈以上、女性相談員による相談/土曜は要予約〉
- ▷26日(木)10:00～12:00/市民プラザ・ゆう
〈弁護士による法律相談/要予約〉
問 市民プラザ・ゆう TEL27・3123

●青少年電話相談

- ▷毎週月～金曜日 9:00～16:00/少年育成センター
問 市生涯学習課 TEL22・8080

●こころの相談〈前日までに要予約〉

- ▷11日(水) 9:30～11:30/上田市役所(南庁舎)
問 市健康推進課 TEL23・8244

●ひきこもり相談〈前日までに要予約〉

- ▷2日(月)・16日(月)13:30～16:00/勤労青少年ホーム
問 市健康推進課 TEL23・8244

●わが子の就職等相談会〈要予約〉

- ▷24日(火)13:30～16:30/勤労青少年ホーム
問 市勤労青少年ホーム TEL22・7117

●若者のための仕事何でも相談〈要予約〉

- ▷26日(木)13:30～16:30/勤労青少年ホーム
問 市商工課 TEL23・5395



●中小企業診断士による無料経営相談〈要予約〉

- ▷12日(木)18:30～20:00
/上田情報ライブラリー相談室
問 上田情報ライブラリー TEL29・0210



法律・行政

●法律相談〈要予約〉

- ▷13日(金)・27日(金)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 TEL22・4140
- ▷18日(水) 9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 TEL42・1216
- ▷21日(土)10:00～12:00/ふれあい福祉センター
問 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷17日(火)10:30～12:00/上田商工会議所
問 商工会議所 TEL22・4500

●行政相談

- ▷10日(火)10:00～15:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 TEL22・4140
- ▷18日(水) 9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 TEL42・1216
- ▷25日(水) 9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 市市民生活課 TEL72・0154

●土地建物・不動産鑑定相談

- ▷12日(木)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 TEL22・4140

●登記法律相談〈要予約〉

- ▷18日(水) 9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 TEL42・1216



育児・福祉

●ひとり親家庭・児童相談

- ▷毎週月～金曜日 9:00～16:00
/上田市役所(やぐら下庁舎)
問 子育て・子育て支援課 TEL23・2000

●児童生徒の教育相談

- ▷毎週月～金曜日 9:00～16:00/教育相談所
問 教育相談所 TEL27・0241

●介護なんでも相談

- ▷16日(月) 9:00～17:00/上田市役所(南庁舎)
問 市高齢者介護課 TEL23・5140

●もの忘れ・認知症相談

- ▷4日(火)13:10～17:00/上田市役所(南庁舎)
- ▷10日(火)13:10～17:00/丸子ふれあいステーション
- ▷24日(火)13:10～17:00/真田地域自治センター
- ▷18日(水)13:10～17:00/武石健康センター

不用品交換情報

(1月20日現在の登録状況)

問 エコ・ハウス TEL23・5144(受付時間/平日10:00～16:00)

欲しいもの、ゆずりたいものがあればエコ・ハウス(上田クリーンセンター敷地内)までお問い合わせください。

●ゆずります

五月人形(ガラスケース入り、段かざり)/チャイルドシート(2～3歳用)/ベビーベッド/蛍光灯(直管、丸型)/一人用冷蔵庫/パネルヒーター/ワープロ/小型電気ストーブ/ハロゲンヒーター/自転車/石油ストーブ/木製ベッド/介護ベッド/パソコンラック/洋服ダンス(197×150×57cm)/スキーセット/スタッドレスタイヤ(185/70R14)/学生服(三中女子)/編み機(120-40)/大正琴

●ゆずってください

白、杵/園児服/チャイルドシート(新生児)/ワープロ(ルポ)/冷蔵庫(2ドア)/扇風機/電気コタツ(70×70cm)/男子用自転車(24インチ)/ガステーブル(都市ガス用)/瞬間湯沸かし器(都市ガス用)/二段ベッド/ソファ(小さめ)/和ダンス/かや/風呂釜と煙突/Sレコード/ポータブルトイレ/電動ミシン/プレハブ物置(0.5～1.5坪)

ウィークエンドリサイクル
時間 午前10時～正午

第1土曜日 西友真田店・ツルヤ上田山口店・マツヤ上田川西店
第2土曜日 ツルヤ丸子店・西友秋和店・西友三好町店
第3土曜日 やおふく古里店・Aコープコア塩田店
第4土曜日 武石地域自治センター・西友上田東店・しおだ野ショッピングセンター

◆丸子保健センター（丸子地域にお住まいの方）

TEL42・1117

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 4か月児・10か月児・1歳6か月児健診／13:00～13:15、3歳児健診／13:00～13:30

●持ち物 母子健康手帳、記入した健康診査票、1歳6か月児と3歳児は歯ブラシ

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	3月6日(金)	平成20年10月9日～11月10日生
10か月児健診	3月19日(木)	平成20年5月生
1歳6か月児健診	3月11日(水)	平成19年9月生
3歳児健診	3月13日(金)	平成18年1・2月生

●受付時間 10:00～10:30

●持ち物 母子健康手帳、おたずね票

教室	実施日	対象者
おたんじょう教室	3月17日(火)	平成20年2・3月生

◆真田保健センター（真田地域にお住まいの方）

TEL72・9007

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 7か月児教室／9:50～10:00 おたんじょう教室／9:00～9:30 そのほかの健診／13:15～13:40

●持ち物 母子健康手帳、健康診査票ほか 詳しくは赤ちゃん手帳または保健ごよみをご覧ください。

健康診査・教室	実施日	対象者
乳児整形外科健診・離乳食教室	3月18日(水)	平成20年11・12月生
4か月児健診	3月24日(火)	平成20年11月生
7か月児教室	3月25日(水)	平成20年8月生
10か月児健診	3月24日(火)	平成20年5月生
おたんじょう教室	3月11日(水)	平成20年1～3月生
1歳6か月児健診	3月6日(金)	平成19年6～8月生

◆武石健康センター（武石地域にお住まいの方）

TEL85・2067

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 4か月児・10か月児健診／13:00～13:10、1歳6か月児・3歳児健診／13:20～13:30

●持ち物 母子健康手帳、該当する健康診査票など 詳しくは保健ごよみをご覧ください。

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	3月5日(木)	平成20年10月23日～12月5日生
10か月児健診		平成20年4月23日～6月24日生
1歳6か月児健診		平成19年7・8月生
3歳児健診		平成18年2・3月生

●受付時間 13:00～13:30

●持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ 詳しくは保健ごよみをご覧ください

教室	実施日	対象者
3歳児教室(眼科歯科健診)	3月17日(火)	平成17年12月～18年3月生

緊急医のお問い合わせ

上田中央消防署 TEL26・0119 上田南部消防署 TEL38・0119
 上田東北消防署 TEL36・0119 川西消防署 TEL31・0119

◆上田地域保健センター（上田地域にお住まいの方）

TEL23・8244

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 乳幼児健診／12:30～13:45（開始時刻13:00～）

2歳児歯科健診／12:30～13:15（開始時刻13:15～）

●持ち物 母子健康手帳、健康診査票ほか 詳しくは赤ちゃん手帳または保健ごよみをご覧ください。

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	3月3日(火)	平成20年10月16～31日生
	3月25日(水)	平成20年11月1～15日生
1歳6か月児健診	3月4日(水)	平成19年8月16～31日生
	3月18日(水)	平成19年9月1～15日生
2歳児歯科健診	3月5日(木)	平成18年12月1～15日生
	3月11日(水)	平成18年12月16～31日生
3歳児健診	3月10日(火)	平成18年2月1～15日生
	3月19日(木)	平成18年2月16～28日生

塩田母子健康センター（上田地域の塩田・川西・川辺・泉田地区にお住まいの方）

4か月児健診	3月24日(火)	平成20年10月16日～11月15日生
--------	----------	---------------------

川西社会福祉センター（上田地域の塩田・川西地区にお住まいの方）

1歳6か月児健診	3月17日(火)	平成19年7月16日～9月15日生
----------	----------	-------------------

塩田・川西地区の2歳児歯科健診（対象者：平成19年1月1日～2月28日）、3歳児健診（対象者：平成18年2月1日～3月31日）は4月に実施します。

市内委託医療機関

個別10か月児健診	3月受診／完全予約制	平成20年4月16日～5月15日生
-----------	------------	-------------------

●受付時間 9:45～10:00（開始時刻10:00～） ●持ち物 詳しくは保健ごよみをご覧ください。

教室	実施日	対象者
7か月児教室	3月3日(火)	平成20年8月1～15日生
	3月25日(水)	平成20年8月16～31日生
歯がはえたら教室 ＊要予約	3月4日(水)	お子さんの歯が4本はえたころの親子
	3月11日(水)	
	3月18日(水)	

塩田母子健康センター（上田地域の塩田・川西・川辺・泉田地区にお住まいの方）

7か月児教室	3月13日(金)	平成20年8月1～31日生
--------	----------	---------------

リラックスセミナー

心軽やかに毎日を過ごすために、心と体をほぐし、リラックスしてみましょう。

●期日/内容 ①3月9日(月)／講演「生き生きと楽しく生きよう（傾聴法の体験）」

講師・笠井昇氏（長野産業保健推進センター産業保健相談員産業カウンセラー）

②同月17日(火)／「体を動かしリラックス」

③同月25日(水)／講演「ストレスとこころの病気～ストレスを味方につけよう～」、講師・吉田朋孝氏（滝沢病院院長）

●時間 午後2時～4時

●場所 丸子保健センター（ふれあいステーション1階）

●対象 上田市民（定員30名）、参加費無料

●持ち物 2回目のみ飲み物（運動しやすい服装でお越しください）。

●申し込み 3月4日(水)までに電話で丸子保健センターへ。

●問 丸子保健センター TEL42・1117

EVENT NAVI

3月の行事予定

期日	行事	問い合わせ先
1日(日)	ブラジル料理教室	上田市国際交流協議会事務局 (市秘書課内) TEL22・3435
4日(水)	子育て座談会	お産・育児ママネットワーク「パム」 (横関) TEL090・4393・6844
	種から育てる花づくり講習会	市公園緑地課 TEL23・5134
5日(木)	第50回菅平シュナイダー記念スキー大会 (アルペン競技)(～7日)	スキー大会事務局 (真田教育事務所内) TEL72・2655
6日(金)	ごみ減量化学習会EMセレス勉強会(全8回)	市民生活課 TEL42・1054
7日(土)	国際女性デー記念のつどい・講演会	市人権男女共同参画課 TEL23・5245
8日(日)	第3回シリーズ文化講演会	市文化振興課 TEL23・6361
	地元ベンチャー企業によるジュニア講演会	市商工課 TEL23・5396
12日(木)	ものづくり企業のための マーケティングセミナー	市産業観光課 TEL42・1047
	女性の再就職支援講座	市商工課 TEL23・5396
13日(金)	みんな発展途上展(～15日)	丸子公民館 TEL42・3147
14日(土)	木下晴弘氏講演会	さくら国際高等学校 TEL39・7707
	春休み工場見学会(全4回)	市商工課 TEL23・5396
19日(木)	図書館を使った“調べる”学習賞 コンクール作品展(～23日)	上田情報ライブラリー TEL29・0210
20日(金)	上田市学童サッカー大会(・21日)	市体育課 TEL23・6372
21日(土)	絵本大好きっ子あつまれ!	上田情報ライブラリー TEL29・0210
22日(日)	第8回弥生ウォーキング	市健康推進課 TEL28・7123
28日(土)	障がい者芸術・文化講座 カラーサウンド出張講座	市健康福祉課 TEL42・1118
	信州国際音楽村すいせんまつり(～4月19日)	信州国際音楽村 TEL42・3436
29日(日)	第5回長野県市町村対抗駅伝 小学生駅伝競走大会上田チーム選考会	小学生チーム(代表:宮岡) TEL090・6493・6415



上田市
携帯サイト

CONTENTS

主な内容

- 1 上田城千本桜まつり ほか
- 2 情報あ・ら・かると(お知らせ)
(催し)
(講座・教室)
(募集)
- 11 文芸
- 12 各施設イベント紹介
- 13 3月の相談コーナー/不用品交換情報
- 14 3月の乳幼児健康診査・予防接種
- 16 イベント・ナビ

その電話、振り込み詐欺 ではありませんか?

定額給付金の具体的な手続きは、
まだ決まっています。

市生活環境課 TEL22・4140